



**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**  
**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO**  
**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE SERGIPE**  
**COORDENAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES**

**Regimento Interno da Academia Carlos Alberto de Jesus – “Napot”**

O Coordenador de Educação Física e Esportes do Campus Aracaju do Instituto Federal de Sergipe, no uso de suas atribuições legais, resolve estabelecer por meio deste instrumento, as Normas de Uso da Academia do Campus Aracaju do Instituto Federal de Sergipe.

**CAPÍTULO I**  
**DA FINALIDADE**

**Art. 1º** - A finalidade da Academia é oferecer à comunidade (servidores e estudantes) mais uma forma de atividade física orientada, tendo como objetivos a promoção da saúde e a melhoria da qualidade de vida.

**PARÁGRAFO ÚNICO** - Tendo em vista a estrutura física (espaço e equipamentos) disponível e a necessidade de limitar o tempo de duração das sessões para atender o maior número de pessoas, os programas de exercícios visarão exclusivamente à promoção da saúde, que em regra, melhorará a qualidade de vida. Sendo assim, a estética não será considerada como um objetivo a ser alcançado pelos programas propostos e sim uma consequência de um conjunto de condutas e atitudes do usuário.

**CAPÍTULO II**  
**DO PÚBLICO ALVO**

**Art. 2º** - A Academia destina-se aos servidores técnico-administrativos, aos professores e aos estagiários em exercício no Campus Aracaju e ainda, aos alunos devidamente matriculados neste Campus, respeitando a quantidade de vagas ofertadas de acordo com a capacidade das instalações e os critérios de prioridades de uso estabelecidos neste Regimento Interno.

**CAPÍTULO III**  
**DAS VAGAS**

**Art. 3º** - Serão ofertadas 120 vagas para o segmento que engloba os técnico-administrativos e professores e 120 vagas para o segmento que engloba os estagiários e os alunos, distribuídas em 06 (seis) horários e 03 (três) turnos conforme quadro a seguir:

<b>TÉCNICO-ADMINISTRATIVOS PROFESSORES</b>	<b>ESTAGIÁRIOS ALUNOS</b>
<b>Matutino</b>	<b>Matutino</b>
06h:00min às 07h:00min – 20 vagas	08h:00min às 09h:00min – 20 vagas
07h:00min às 08h:00min – 20 vagas	09h:00min às 10h:00min – 20 vagas
<b>Vespertino</b>	<b>Vespertino</b>
12h:00min às 13h:00min – 20 vagas	14h:00min às 15h:00min – 20 vagas
13h:00min às 14h:00min – 20 vagas	15h:00min às 16h:00min – 20 vagas
<b>Noturno</b>	17h:00min às 18h:00min – 20 vagas
18h:00min às 19h:00min – 20 vagas	<b>Noturno</b>
19h:00min às 20h:00min – 20 vagas	20h:00min às 21h:00min – 20 vagas
<b>Total de vagas – 120</b>	<b>Total de vagas – 120</b>

§ 1º - As vagas serão preenchidas seguindo os seguintes critérios de prioridades:

a) Indicação médica devidamente documentada;

b) Atletas que tenham representado o Campus Aracaju ou o Instituto Federal de Sergipe em pelo menos uma competição, com carta de aval do treinador responsável ou chefe da delegação e,

c) Alunos em relação aos estagiários.

§ 2º - Para o preenchimento das vagas os interessados realizarão uma inscrição. Caso o número de inscritos seja maior que o número de vagas ofertadas realizar-se-á um sorteio que definirá a ordem de matrícula e os ordenados fora da quantidade de vagas permanecerá numa lista de espera.

§ 3º - Visando sempre o melhor atendimento possível, a Coordenação de Educação Física e Esportes (COEFE) poderá alterar o número de vagas ofertadas para mais ou para menos.

#### **CAPÍTULO IV** **DA INSCRIÇÃO E DA MATRÍCULA**

**Art. 4º** - Os interessados que se enquadrarem nas definições do Art. 2º deverão realizar anualmente a inscrição, no período e local determinados que serão amplamente divulgados pela COEFE.

§ 1º - A ficha de inscrição será disponibilizada pela COEFE no momento oportuno e seu preenchimento obriga o interessado a concordar automaticamente com todas as normas previstas neste Regimento.

§ 2º - No momento da inscrição, os interessados deverão assinalar a ordem de sua preferência pelos horários disponíveis de forma que uma delas seja atendida na ocasião da matrícula.

§ 3º - Caso o número de inscritos seja maior que o número de vagas ofertadas, realizar-se-á um sorteio que definirá a ordem de matrícula. Os excedentes permanecerão numa lista de espera.

**§ 4º** - Os interessados sorteados dentro do limite de vagas e os excedentes, quando convocados, deverão apresentar-se para matrícula na COEFE munidos de: 01 foto 3 x 4 atualizada, RG, crachá funcional (servidor), cartão de estudante (aluno), contrato de estágio (estagiário) e autorização do responsável legal devidamente assinada e com firma reconhecida em cartório competente (menores de 18 anos) para a realização da matrícula.

**§ 5º** - No momento da efetivação da matrícula será agendada para até 15 (quinze) dias depois a avaliação física que é imprescindível para embasar a elaboração do programa de exercícios e sem a qual ninguém poderá utilizar a academia. Essa avaliação deverá ser renovada a cada 03 (três) meses.

**§ 6º** - No dia da avaliação física o avaliado/usuário deverá entregar ao responsável técnico um atestado médico indicando aptidão para a prática de musculação e uma declaração de que está em plenas condições de saúde. Esses documentos ficarão arquivados em pasta nominal na COEFE.

**§ 7º** - O não cumprimento de quaisquer condições estabelecidas nos parágrafos anteriores acarretará a perda da vaga e a convocação imediata do excedente da vez.

## **CAPÍTULO V DA AVALIAÇÃO FÍSICA**

**Art. 5º** - A avaliação física possibilita a montagem de um programa de exercícios individualizado e por isso é obrigatória antes da elaboração do programa inicial, assim como antes de quaisquer modificações nos programas seguintes.

**§ 1º** - A avaliação física constará dos seguintes tópicos: anamnese, medidas de perímetros, análise da composição corporal, avaliação postural e avaliação da aptidão física.

**§ 2º** - Para a realização da avaliação física é necessário trajar: calção, camiseta e tênis (homens) e bermuda e top de lycra, camiseta e tênis (mulheres).

**§ 3º** - A avaliação física somente poderá ser realizada por professores e poderá contar com auxílio de estagiários.

**§ 4º** - A avaliação física somente poderá ser realizada mediante a entrega do atestado médico indicando aptidão para a prática de musculação e da declaração de condições plenas de saúde.

## **CAPÍTULO VI DO ACESSO, PERMANÊNCIA E UTILIZAÇÃO**

**Art. 6º** - O acesso, permanência e utilização da academia somente serão permitidos àqueles que se enquadrarem nas definições do Art. 2º, acompanhados por um responsável técnico que poderá ser um professor ou um estagiário de Educação Física vinculado à COEFE do Campus Aracaju.

**§ 1º** - Os usuários devidamente matriculados somente poderão permanecer e/ou utilizar a academia no horário para o qual realizou a matrícula.

**§ 2º** - O acesso e a permanência de pessoas não praticantes e/ou visitantes na academia deverão ser breves, com o devido acompanhamento de um responsável técnico.

**§ 3º** - É proibida a utilização da academia sem o acompanhamento de um responsável técnico.

## **CAPÍTULO VII** **DA COORDENAÇÃO GERAL**

**Art. 7º** - A coordenação geral (técnica e administrativa) da academia ficará a cargo da COEFE.

**§ 1º** - A responsabilidade técnica caberá única e exclusivamente à COEFE por meio dos seus professores e estagiários.

**§ 2º** - A autoridade máxima dentro da academia no que tange a execução dos exercícios, ao uso dos equipamentos e à manutenção da disciplina, será o (a) profissional responsável naquele período.

**§ 3º** - Os programas de exercícios serão elaborados pelos professores e estagiários da COEFE, sendo obrigatório o seu fiel cumprimento pelos usuários.

**§ 4º** - Sugestões de programas de exercícios trazidos pelos (as) usuários (as) deverão ser previamente analisadas pelos responsáveis técnico da COEFE, e se aprovados, poderão ser utilizados.

**§ 5º** - A avaliação física somente poderá ser realizada por professores e poderá contar com auxílio de estagiários, todos da COEFE.

**§ 6º** - A avaliação física realizada por profissionais não pertencentes à COEFE poderá ser aceita após análise pelos responsáveis técnicos da mesma, desde que contenham todos os tópicos mencionados no § 1º do Art. 5º, assinatura e número do registro no Conselho Regional de Educação Física.

## **CAPÍTULO VIII** **DOS HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO**

**Art. 8º** - A academia seguirá rigorosamente o calendário acadêmico dos cursos integrados do Campus Aracaju, ou seja, só funcionará nos dias letivos, de segunda à sexta-feira, das 06h:00min às 21h:00min.

**PARÁGRAFO ÚNICO** – Os horários das 10h:00min às 12h:00min, 16h:00min às 17h:00min e 21h:00min às 22h:00min serão reservados exclusivamente para limpeza e durante os períodos de férias e recessos escolares a academia permanecerá fechada para manutenção.

## **CAPÍTULO IX** **DOS DIREITOS E OBRIGAÇÕES DOS USUÁRIOS**

**Art. 9º** - São direitos dos usuários da academia:

- a) Usar as instalações e equipamentos, no horário para o qual se matricular, sob a orientação e acompanhamento profissional adequada;
- b) Realizar avaliação física antes de iniciar o programa de exercícios e a cada 03 (três) meses visando o acompanhamento dos resultados;
- c) Receber orientação técnica por meio de um programa de exercícios que observe os princípios básicos do treinamento físico, tais como: individualidade biológica, sobrecarga crescente, especificidade, etc. e,
- d) Faltar sem justificativa legal até 04 (quatro) dias alternados ou 02 (dois) dias consecutivos durante o mês sem que isso acarrete o cancelamento da matrícula.

**Art. 10º** - São obrigações dos usuários da academia:

- a) Obedecer ao horário de uso determinado no ato da matrícula;
- b) Não faltar sem justificativa legal mais do que 04 (quatro) dias alternados ou 02 (dois) dias consecutivos durante o mês, sob pena de ter a matrícula cancelada;
- c) Realizar avaliação física antes de iniciar o programa de exercícios e a cada 03 (três) meses;
- d) Seguir as orientações técnicas, assim como os programas de exercícios propostos pelos professores e estagiários;
- e) Zelar pelas instalações e equipamentos, limpando-os e guardando-os em seus devidos lugares após o uso;
- f) Informar a um responsável técnico da academia qualquer dano causado em algum equipamento;
- g) Trajar vestimentas apropriadas, limpas e em condições de uso para este fim, tais como: calção/bermuda/short, camiseta/regata e tênis;
- h) Portar uma toalha de rosto de uso individual e uma garrafa para água;
- i) Não consumir, exceto com prescrição médica, e/ou comercializar suplementos alimentares de qualquer natureza no interior da academia;

## **CAPÍTULO X** **DAS PENALIDADES**

**Art. 11º** - O não cumprimento de quaisquer das disposições contidas no presente Regimento acarretará ao usuário a imediata suspensão dos direitos de uso até o julgamento do caso pela COEFE.

**Art. 12º** - A COEFE se reserva ao direito de impedir em qualquer momento o acesso do usuário às instalações da academia caso constate a prática de atitudes não condizentes com os princípios e normas da boa moral e educação.

## **CAPÍTULO XI**

### **DAS DISPOSIÇÕES FINAIS**

**Art. 13º** - Eventuais danos de qualquer natureza sofridos e/ou causados pelo usuário em decorrência de atividades executadas sem a solicitação de orientação e/ou sem a observância desta, caracterizarão culpa exclusiva do usuário, sendo o mesmo obrigado a arcar com tais danos, isentando o Instituto Federal de Sergipe de qualquer responsabilidade e/ou reparos.

**Art. 14º** - A instituição não se responsabiliza por eventuais perdas ou furtos de objetos depositados no interior da área da academia, sendo o usuário o único responsável por seus objetos de uso pessoal.

**Art.15º** - Os dados dos usuários coletados durante as avaliações físicas poderão ser usados para fins de pesquisa científica, observados todos os princípios éticos previstos na Resolução nº 196 do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 1996), especialmente no que tange ao sigilo total sobre os dados individuais.

**Art. 16º** - Os casos omissos serão solucionados por determinação da COEFE.

Aracaju, 07 de março de 2014.



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE SERGIPE  
COORDENAÇÃO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTES

Academia Carlos Alberto de Jesus – “Napot”

FICHA DE INSCRIÇÃO Nº \_\_\_\_\_

Nome completo: \_\_\_\_\_

Data de nascimento\*: \_\_\_\_\_ Identidade: \_\_\_\_\_

Setor onde exerce as funções: \_\_\_\_\_

Matrícula: \_\_\_\_\_

Técnico-administrativo / professor ( ) Aluno ( ) Estagiário ( )

Indicação médica\*\* ( ) Atleta\*\* ( )

Ordem de preferência de horários

TÉCNICO-ADMINISTRATIVOS PROFESSORES	ESTAGIÁRIOS ALUNOS
<b>Matutino</b>	<b>Matutino</b>
06h:00min às 07h:00min –	08h:00min às 09h:00min –
07h:00min às 08h:00min –	09h:00min às 10h:00min –
<b>Vespertino</b>	<b>Vespertino</b>
12h:00min às 13h:00min –	14h:00min às 15h:00min –
13h:00min às 14h:00min –	15h:00min às 16h:00min –
<b>Noturno</b>	17h:00min às 18h:00min –
18h:00min às 19h:00min –	<b>Noturno</b>
19h:00min às 20h:00min –	20h:00min às 21h:00min –

\*Os candidatos menores de 18 anos deverão apresentar autorização do responsável legal devidamente assinada e com firma reconhecida em cartório competente (menores de 18 anos) para a realização da matrícula.

\*\*Os candidatos com prioridade deverão comprovar suas condições com os respectivos documentos, conforme prevê as alíneas “a” e “b”, § 1º do Art. 3º do Regimento Interno.

\_\_\_\_\_  
Assinatura